

Keterampilan Smash Dalam Permainan Tenis Meja

**Usman Nasution¹ Muhammad Yan Ahady² Vivi Pratiwi³ Fatimah Zahrah Albanjari⁴
Elvita Sari Br Tarigan⁵ Xyena Tesalonika Br Siregar⁶**

Universitas Negeri Medan, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

Email: usman@unimed.ac.id¹ ahadyyan@unimed.ac.id² vivipratiwi888@gmail.com³
fatimahzahrah061@gmail.com⁴ elvitasari2904@gmail.com⁵ siregarxyena@gmail.com⁶

Abstrak

Permainan tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari dan sudah sangat dikenal oleh hampir seluruh lapisan masyarakat Indonesia baik di kota maupun di desa, dari anak-anak sampai orang tua. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan suatu produk berupa instrumen keterampilan smash dalam permainan tenis meja, serta memperoleh validitas dan reliabilitas instrumen keterampilan smash permainan tenis meja. Penelitian ini menggunakan metode *research and development* (R&D).

Kata Kunci: Keterampilan, Smash, Tenis Meja

Abstract

The game of table tennis is a popular sport and is well known by almost all levels of Indonesian society, both in cities and villages, from children to the elderly. The aim of this research is to produce a product in the form of a smash skill instrument in table tennis games, as well as to obtain the validity and reliability of the smash skill instrument in table tennis games. This research uses the research and development (R&D) method.

Keywords: Skills, Smash, Table Tennis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Permainan tenis lapangan merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua atau empat orang pemain yang saling berhadapan dengan menggunakan jaring (net) dan raket. Cara memainkannya diperlukan raket dan bola yang terbuat dari karet yang berisi angin dan terbungkus dari bulu kempa. Selain membutuhkan kekuatan memukul bola, juga keterampilan menempatkan bola pada sisi yang kosong agar pihak lawan sulit mengembalikan. Cabang olahraga permainan tenis lapangan sangat digemari baik oleh anak-anak, remaja, orang dewasa maupun orang tua yang telah lanjut usia sangat menggemari olahraga ini, hal ini disebabkan karena mempunyai daya tarik tersendiri dari olahraga permainan tersebut. Daya tarik yang dimiliki pada olahraga permainan tersebut antara lain bahwa permainan penuh dengan taktis, dinamis, menonjolkan kegembiraan, keceriaan dan peraturannya sangat ketat untuk menjaga sportivitas. Tujuan orang bermain tenis lapangan antara lain adalah untuk mendapatkan kesenangan, memenuhi hasrat bergerak, memelihara kesehatan tubuh dan untuk mencapai prestasi. Olahraga tenis lapangan dituntut memiliki keterampilan dasar dalam bermain. Keterampilan dasar tersebut dapat dilakukan dengan baik jika memiliki tingkat kemahiran atau penguasaan keterampilan dasar dengan baik. Untuk mencapai prestasi yang maksimal, harus diterapkan suatu pendekatan pembelajaran yang tepat. Jika ingin dapat melakukan suatu permainan tenis yang enak dilihat, terlebih dahulu seorang pemain harus menguasai teknik dasar pukulan tenis yang baik.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Herliana, (2019) latihan menggunakan dua meja berpengaruh terhadap peningkatan *forehand* tenis meja. Selanjutnya (Santosa, n.d.) dari

angket penilaian subjek coba terhadap alat bantu return board secara umum memberikan penilaian positif dan dari hasil uji efektivitas mengenai kemampuan pukulan atlet sebelum melakukan latihan dengan alat bantu return board diketahui bahwa kemampuan pukulan forehand top spin atlet meningkat cukup signifikan efektivitas peningkatannya Penelitian Mu'ammam (2017) hasil latihan yang diajarkan dengan metode drill sasaran berubah-ubah dengan koordinasi tinggi mempunyai pengaruh lebih tinggi daripada metode latihan drill konstan koordinasi tinggi. Selanjutnya penelitian Rachman et al., (2017) produk alat pelontar bola tenis meja sederhana (RoboDrill IR-2016) dapat digunakan sebagai alat bantu latihan drill teknik pukulan drive dan spin untuk atlet pemula dan junior dan ditinjau dari aspek tenaga, produk alat pelontar bola tenis meja sederhana (RoboDrill IR-2016) sangat membantu kinerja pelatih. Hasil penelitian (Tomoliyus, n.d.) bahwa instrumen penilaian setelah melakukan proses pembuatan, validasi ahli, uji coba, revisi dan uji keefektifan akhirnya dihasilkan sebuah instrumen penilaian keterampilan teknik forehand dan backhand drive tenis meja untuk atlet usia dini yang valid dan reliable.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D). Pemilihan metode penelitian tersebut dikarenakan peneliti hendak mengembangkan instrument tes. Penelitian pengembangan disimpulkan sebagai penelitian yang dapat menjawab kebutuhan masyarakat dalam bentuk produk yang telah dianalisis secara baik dan benar melalui proses uji coba.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Teknik dasar permainan tenis lapangan menurut Aseptia Yoga Permana (2008: 9-17), yaitu groundstroke meliputi forehand dan backhand. Teknik dasar permainan tenis lapangan cukup sulit jika tidak diimbangi dengan konsentrasi yang tinggi, untuk meningkatkan keterampilan teknik bermain perlu mencari cara agar tercapai prestasi yang maksimal, atlet harus dipersiapkan dengan latihan yang teratur, terarah, dan terprogram. Teknik pukulan merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan tenis lapangan, di samping dasar yang lain yang harus dikuasai oleh atlet dalam bermain tenis lapangan Olahraga tenis lapangan tidak hanya fisik saja yang diandalkan tetapi juga keterampilan berfikir untuk mengkonsep suatu permainan, dari keterampilan mengontrol emosi dan keterampilan bermain, yang harus benar-benar dipahami adalah saat melakukan teknik-teknik dasar, dari awal itu maka pada nantinya teknik-teknik yang lain akan mudah untuk dikuasai.

Penguasaan teknik-teknik dasar merupakan modal dasar yang penting untuk pengembangan mutu dan seni yang tinggi dalam permainan tenis lapangan. Jika ingin dapat bermain tenis lapangan dengan baik serta mampu mempertahankan bentuk permainannya diperlukan keterampilan yang baik. Keterampilan dalam bermain tenis lapangan merupakan suatu derajat kematangan untuk melakukan suatu teknik dasar permainan tenis lapangan secara tepat dan efektif, sehingga keterampilan sangat membantu dalam suatu bentuk permainan, serta menjadi bagian penting dalam mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan. Beberapa kasus yang ditemukan di berbagai pertandingan adalah kurangnya ketrampilan pada teknik pukulan sehingga banyak peserta yang belum matang dalam teknik pukulan gugur pada babak awal. Setiap pemain yang sedang bertanding di suatu event pasti ingin memenangkan pertandingan tersebut, usaha menampilkan permainan yang bagus dan efektif, meraih poin demi poin, menjaga kestabilan psikologis, serta konsistensi teknik pukulan dalam permainan semua diperlukan agar dapat mengalahkan lawan yang sedang dihadapi. Akan tetapi pada saat proses berlangsungnya permainan tersebut, terjadi keberhasilan dan keberhasilan pukulan dalam meraih poin demi poin yang dialami oleh atlet.

Apabila keberhasilan yang dilakukan semakin besar daripada kegagalan pukulan yang dicapai maka langkah untuk meraih kemenangan dalam pertandingan pun menjadi sangat besar. Menurut survei pengamatan di lapangan banyak dijumpai ketidaktahuan atlet dalam hal keberhasilan teknik pukulan yang telah dilakukan pada saat permainan berlangsung, serta seberapa besar keberhasilan pukulan yang dilakukan dengan harapan atlet mampu mengendalikan dan meminimalisir kegagalan pukulan yang dialami pada saat permainan sedang berjalan, sehingga atlet kurang mengetahui kesalahan yang dilakukan yang menyebabkan permainan itu menjadi hilang kontrol. Seorang atlet yang telah menyiapkan fisik, taktik, teknik yang baik dapat diprediksi memperoleh kemenangan, namun apabila atlet tersebut mengalami keberhasilan pukulan yang terlalu tinggi maka harapan yang seharusnya dapat dicapai dengan mudah akan menjadi susah.

Hasil dari penelitian pengembangan ini bisa digunakan atau digeneralisasikan di daerah tempat penelitian hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Yohandri, 2018) yang menyatakan bahwa instrumen yang baik yaitu memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi. Dengan demikian, secara umum instrumen sudah dapat dipergunakan dalam pengukuran, Penelitian ini mengenai instrumen kecepatan tendangan sabit dalam pencak silat berbasis digital yang dikembangkan untuk atlet dewasa. Selanjutnya hasil penelitian

KESIMPULAN

Penguasaan teknik-teknik dasar merupakan modal dasar yang penting untuk pengembangan mutu dan seni yang tinggi dalam permainan tenis lapangan. Jika ingin dapat bermain tenis lapangan dengan baik serta mampu mempertahankan bentuk permainannya diperlukan keterampilan yang baik. Keterampilan dalam bermain tenis lapangan merupakan suatu derajat kematangan untuk melakukan suatu teknik dasar permainan tenis lapangan secara tepat dan efektif, sehingga keterampilan sangat membantu dalam suatu bentuk permainan, serta menjadi bagian penting dalam mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, N., S., & Mukarromah, S., B. (2017). Pengaruh Metode Latihan Multiball dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Peningkatan Keterampilan Forehand Drive Tenis Meja. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 179–185.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Malang
- Fuchs, M., Liu, R., Lanzoni, I. M., Munivrana, G., Tamaki, S., Yoshida, K., ... Yoshida, K. (2018). Table tennis match analysis : a review Table tennis match analysis : a review. *Journal of Sports Sciences*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1450073>
- Herliana, M. N. (2019). Ketepatan Forehand dalam Permainan Tenis Meja. *Journal of S.P.O.R.T*, 3(2), 93–97.
- Hodges, L. (1996). *Tenis Meja Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Indrawan, B., & Herliana, M., N. (2008). *Tenis Meja*. Tasikmalaya: Universitas Siliwangi.
- Islamy, N., F. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Smash Topspin Tenis Meja. *Juara : Jurnal Olahraga*, 2(1), 10-20
- Liputo, Z., Liputo, N., & Lamusu, Z. (n.d.). Meningkatkan Keterampilan Pukulan Smash pada Permainan Tenis Meja melalui Metode Discovery Siswa Kelas VIII SMP 1 Tapa.
- Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh Metode Latihan Drill dan Koordinasi terhadap Ketepatan Servis Tenis Meja. *Jurnal Keolahrgaan*, 5(1), 63–70.

- Nurhasan, & Narlan, A. (2017). Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Tasikmalaya: Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi.
- Rachman, I., Sulaiman, & Rumini. (2017). Journal of Physical Education and Sports Pengembangan Alat Pelontar Bola Tennis Meja (Robodrill IR-2016) untuk Latihan Drill Teknik Pukulan Drive dan Spin Abstrak. Journal of Physical Education and Sports, 6(1), 50–56.
- Santosa, T. (2016). Pengembangan Alat Bantu Return Board untuk Forehand Topspin Tennis Meja. Jurnal Pedagogik Keolahragaan, 2(2), 30–48.